

1日・・・お誕生日会(乳児)
 3日・・・MUSIC FESTIVAL
 6日・・・お誕生日会(幼児)
 9日・・・おもちゃつき
 15日・・・クリスマス会
 22日・・・冬至



12月 給食献立表



社会福祉法人ひとまる会

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
12/1 (水) お誕生日会 (乳児)	ごはん	米				プチゼリー	ケーキサレ
	かぶとマカロニの豆乳グラタン	薄力粉 パン粉 油 バター(乳) マカロニ	鶏肉 豆乳 チーズ(乳)	かぶ かぶの葉 人参 玉ねぎ エリンギ	コンソメ 酒		薄力粉 ベーキングパウダー 卵 塩 油 ヨーグルト(乳) 牛乳 ベーコン 玉ねぎ 人参 メーブルシロップ
	ひじきのマリネ	オリーブ油		ひじき パプリカ きゅうり	酢 砂糖 醤油		牛乳
	キャベツのスープ			キャベツ コーン	コンソメ		
12/2 (木)	かき玉うどん	うどん 油	卵 牛肉	白菜 白ねぎ まいたけ	酒 醤油 みりん	バナナ	夕焼けごはん
	じゃがいものツナマヨサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)	ツナ	きゅうり			米 しらす 人参 塩昆布 醤油 みりん
							牛乳
12/3 (金) MUSIC FESTIVAL	ごはん	米				みかん	ヨーグルト
	サワラのごまみそ焼き	ごま	サワラ		酒 白みそ 砂糖 みりん		ソファールヨーグルト(乳)
	厚揚げの煮物		厚揚げ	玉ねぎ 人参	醤油 みりん		
	かぼちゃのすまし汁			しいたけ かぼちゃ わかめ	酒 醤油 みりん		お茶
12/4 (土)	ごはん	米				プチゼリー	菓子パン
	カレイの照り焼き		カレイ		酒 醤油 みりん		北海道ミルクパン(卵・乳)
	切干大根の煮物			切干大根 人参	醤油 みりん		
	わかめのみそ汁	麩		わかめ しめじ	みそ		牛乳
12/6 (月) お誕生日会 (幼児)	チャーハン	米 ごま油		玉ねぎ 人参 グリンピース	鶏ガラの素 醤油	プチゼリー	クレープ
	からあげ／ぎょうざ	油 片栗粉 ／餃子の皮	鶏肉／豚挽肉	にんにく しょうが／キャベツ ニラ 人参 しょうが	酒 塩麹／醤油 鶏ガラの素		クレープシート(卵・乳) 生クリーム(乳) 砂糖 バナナ みかん缶
	もやしのナムル	ごま油 すりごま		もやし 人参 きゅうり	醤油 砂糖		牛乳
	コーンの中華スープ			コーン えのき パプリカ	鶏ガラの素 醤油		
12/7 (火)	パン	パン(乳)				オレンジ	ひじきごはん
	タラのタルタル焼き	マヨネーズ(卵)	タラ 卵	玉ねぎ 人参 パセリ	酒		米 ひじき 人参 薄揚げ 醤油 みりん
	のり塩ポテト	じゃがいも		青のり	塩		
	玉ねぎのスープ			玉ねぎ エリンギ 人参	コンソメ		牛乳
12/8 (水)	ごはん	米				パイナップル	ピザ
	ブリのねぎみそ焼き		ブリ	しょうが ねぎ 白ねぎ	醤油 白みそ 酒 みりん 砂糖		強力粉 砂糖 ドライイースト バター(乳) スキムミルク(乳) チーズ(乳) ピザソース ケチャップ 玉ねぎ ウインナー コーン ピーマン 塩
	ごぼうのごまマヨサラダ	マヨネーズ(卵) ごま		ごぼう 人参 きゅうり	醤油		牛乳
	さつまいものすまし汁	さつまいも		しいたけ 人参	酒 醤油 みりん		
12/9 (木) おもちゃつき	豚丼	米 油	豚肉	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ しょうが	酒 醤油 砂糖	みかん	人参ケーキ
	カリフラワーの塩昆布和え			カリフラワー きゅうり 人参 塩昆布	醤油 みりん		人参 レーズン 豆腐 卵 きび糖 ホットケーキミックス
	卵のみそ汁		豆腐 卵	ねぎ	みそ		牛乳
12/10 (金)	ごはん	米				バナナ	ヨーグルト
	サワラのにんにく醤油焼き		サワラ	にんにく しょうが	酒 醤油 みりん		コアコアヨーグルト(乳)
	大根のゆかり和え			大根 わかめ 人参 ゆかり	醤油 みりん		
	豆腐のすまし汁		豆腐	まいたけ 人参	酒 醤油 みりん		お茶
12/11 (土)	ごはん	米				プチゼリー	菓子パン
	サケのしょうが焼き		サケ	しょうが	酒 醤油 みりん		メロンパン(卵・乳)
	ひじきの煮物			ひじき 人参	醤油 みりん		
	麩のみそ汁	麩		玉ねぎ 人参	みそ		牛乳
12/13 (月)	パン	パン(乳)				フグルレーツ	卵とわかめの混ぜごはん
	ミートボール	パン粉 片栗粉	合挽肉 豆腐 卵 牛乳	玉ねぎ 人参	ケチャップ 砂糖 ソース 醤油		米 卵 わかめ 塩
	白菜のコンソメ煮			白菜 人参 しめじ	コンソメ		
	じゃがいものスープ	じゃがいも		キャベツ 人参	コンソメ		牛乳
12/14 (火)	タイめし	米	タイ	人参 しいたけ	酒 醤油 みりん	みかん	大豆のおやき
	卵焼き		卵	青のり	醤油 みりん		大豆 ツナ ねぎ 薄力粉 片栗粉 醤油 ごま油
	大根とベーコンの炒め物	油	ベーコン	大根 チンゲン菜 人参	醤油 みりん		牛乳
	れんこんのみそ汁			れんこん 白ねぎ かぼちゃ	みそ		
12/15 (水) クリスマス会	ピラフ	米 バター(乳)		人参 しめじ グリンピース	コンソメ	プチゼリー	いちごのショートケーキ
	フライドチキン	油 薄力粉	鶏肉	にんにく しょうが	コンソメ		スポンジケーキ(卵・乳) いちご 生クリーム(乳) 砂糖
	ポテトサラダ／キャベツのソテー	じゃがいも マヨネーズ(卵)／油		人参 パセリ／キャベツ コーン	／コンソメ		
	オニオンスープ			玉ねぎ パプリカ	コンソメ		牛乳

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
12/16 (木)	ごはん	米				りんご	簡単ピザ
	サケの中華風オムレツ	油	サケ 卵	人参 玉ねぎ ブロッコリー	酒 醤油 鶏ガラの素		餃子の皮 玉ねぎ コーン ケチャップ チーズ(乳)
	豆腐のナムル	ごま油	豆腐	人参 きゅうり わかめ	醤油 砂糖		
	白菜スープ			白菜 ニラ しめじ	鶏ガラの素 醤油		牛乳
12/17 (金)	カレーライス	米 じゃがいも カレールウ(乳) 油	牛肉	玉ねぎ 人参 しめじ	酒	バナナ	ぜんざい
	キャベツとしらすのおかか和え		しらす かつお節	キャベツ 人参 きゅうり	醤油 みりん		小豆 砂糖 塩 栗の甘露煮
							牛乳
12/18 (土)	ごはん	米				プチゼリー	菓子パン
	カレイのごま焼き	ごま	カレイ		酒 醤油 みりん		ストロベリーツイスト(卵・乳)
	大根の煮物			大根 人参	醤油 みりん		
	えのきのすまし汁			玉ねぎ えのき わかめ	酒 醤油 みりん		牛乳
12/20 (月)	ごはん	米				フグルレーツ	マーラーカオ
	タラのみぞれあげだし	油 片栗粉	タラ	大根	酒 醤油 みりん		強力粉 きび砂糖 牛乳 卵 油 ベーキングパウダー
	さつまいもサラダ	さつまいも マヨネーズ(卵)		人参 きゅうり			重曹 醤油
	ごぼうのみそ汁			ごぼう 人参 なめこ	みそ		牛乳
12/21 (火)	ごはん	米				りんご	型抜きクッキー
	肉じゃが	油 糸こんにゃく じゃがいも	牛肉	玉ねぎ 人参 グリンピース	酒 醤油 みりん		薄力粉 バター(乳) 砂糖 卵
	白和え	ねりごま	豆腐	ほうれん草 ひじき 人参	白みそ 砂糖 醤油 みりん		
	かき玉汁		卵	人参 しいたけ	酒 醤油 みりん		牛乳
12/22 (水) 冬至	ごはん	米				バナナ	ゆずゼリー
	かぼちゃグラタン	薄力粉 パン粉 油 バター(乳)	ベーコン 豆乳 チーズ(乳)	かぼちゃ 玉ねぎ	コンソメ 酒		ゆず茶 砂糖 粉ゼラチン
	白菜とツナのソテー	油	ツナ	白菜 人参 しめじ	醤油		
	ほうれん草のスープ		豆腐	ほうれん草 人参	コンソメ		牛乳
12/23 (木)	赤飯	米 もち米 黒ごま		小豆	塩	みかん	栗きんとん/黒豆
	ブリの照り焼き		ブリ	しょうが	酒 醤油 みりん 砂糖		さつまいも 栗の甘露煮 /黒豆 砂糖 醤油
	紅白なます / 田作り	/ごま	/いりこ	大根 金時人参/	酢 砂糖 醤油/ 砂糖 醤油 みりん		(黒豆はきりん組ぞう組のみ)
	お雑煮	里芋	かまぼこ(卵)	金時人参 ねぎ	白みそ		牛乳
12/24 (金)	パン	パン(乳)				バナナ	納豆チャーハン
	シチュー	シチューミックス(乳) じゃがいも 薄力粉	鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース しめじ			米 納豆 豚挽肉 玉ねぎ 人参 ねぎ ごま油 醤油 鶏ガラの素 しょうが にんにく
	人参しりしり	オリーブ油	ツナ 卵	人参 もやし	醤油 みりん		
							牛乳
12/25 (土)	ごはん	米				プチゼリー	菓子パン
	サケの磯焼き		サケ	青のり	酒 醤油 みりん		ホワイトミルク(卵・乳)
	ひじきの煮物			ひじき 人参	醤油 みりん		
	玉ねぎのみそ汁	麩		玉ねぎ えのき	みそ		牛乳
12/27 (月)	ごはん	米				フグルレーツ	じゃがいものボンデケーキ
	カレイの西京焼き		カレイ		白みそ 酒 砂糖 醤油 みりん		じゃがいも 片栗粉 薄力粉 チーズ(乳) 粉チーズ(乳)
	白菜のごま和え	すりごま		白菜 人参 きゅうり	醤油 みりん		
	大根のすまし汁			大根 人参 ほうれん草	酒 醤油 みりん		牛乳
12/28 (火)	ごはん	米				プチゼリー	菓子パン
	鶏肉のマーマレード焼き		鶏肉	マーマレード	酒 醤油 みりん 砂糖		ミニデニッシュ(カスタード) (卵・乳)
	高野豆腐の卵とじ		卵 高野豆腐	玉ねぎ 人参 しいたけ	醤油 みりん		
	さつまいものみそ汁	さつまいも		キャベツ わかめ	みそ		牛乳
12/29 ~1/3	年末年始休み						
1/4 (火)	ツナのキーマカレー	米 じゃがいも カレールウ(乳)	ツナ	玉ねぎ 人参	コンソメ	プチゼリー	ナポリタン
	卵焼き		卵	青のり	醤油 みりん		スパゲティ 玉ねぎ 人参 ケチャップ コンソメ 砂糖 オリーブ油
	ひじきサラダ	マヨネーズ(卵)		ひじき コーン 人参	醤油		お茶
1/5 (水)	ごはん	米				プチゼリー	もちもちドーナツ
	カレイのにんにく醤油焼き		カレイ	にんにく しょうが	酒 醤油 みりん		ホットケーキミックス 白玉粉 豆乳 油
	切干大根の煮物			切干大根 人参	醤油 みりん		
	さつまいものすまし汁	さつまいも		玉ねぎ わかめ	醤油 みりん 酒		お茶